

# «ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ ПРОФЕССИОНАЛА»

## ФТД.1

Дисциплина «Психологическое здоровье профессионала» предназначена для студентов, обучающихся по направлению подготовки 39.04.01 «Социология», программа подготовки «Социология молодежи», квалификации магистр, относится к факультативам.

### **1. Цели и задачи освоения дисциплины**

**Целями** дисциплины являются формирование у обучающихся системных знаний о психологическом здоровье профессионала, стремления к самостоятельному психологическому анализу своего профессионального здоровья, развитию профессионального самосознания.

**Задачами** курса являются раскрытие системы научных понятий о психологии здоровья, психологическом здоровье профессионала; изучение основных методологических подходов к изучению особенностей здоровья профессионала, а также средств и методов его сохранения, укрепления и развития.

Данный курс предполагает решение ряда воспитательных задач: способствует активизации стремления к профессиональному самосовершенствованию и личностному развитию; развитию профессионального самосознания, адекватного представления о себе как о субъекте трудовой деятельности, формирование уважительного отношения ко всем участникам производственного процесса.

### **2. Место учебной дисциплины в структуре ОПОП магистратуры**

Дисциплина «Психологическое здоровье профессионала» относится к факультативным дисциплинам и концептуально связана с дисциплинами: «Философия», «Психология» и «Психология и педагогика».

Для успешного овладения содержанием курса «Психологическое здоровье профессионала» требуются знания основных принципов развития личности и культуры профессиональной деятельности.

### **3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины**

Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине «Психологическое здоровье профессионала» соотнесен с планируемыми результатами освоения образовательной программы по направлению подготовки 39.04.01 «Социология», профилю Социология молодежи.

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование элементов следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки:

**ОК-3** - Готовность к саморазвитию, самореализации, использованию творческого потенциала

**ПК-8** - способность и готовность использовать знание методов и теорий социальных и гуманитарных наук при осуществлении экспертной, консалтинговой и аналитической деятельности

**В результате освоения дисциплины обучающийся должен:**

**Знать:**

- связь психологии здоровья с другими науками;
- основные методологические подходы и методы психологии здоровья;
- факторы здоровья, а также средства и методы его сохранения, укрепления и развития

**Уметь:**

- анализировать основные показатели и факторы психологического здоровья с использованием основных методов;
- реализовывать основные приемы саморегуляции

**Владеть:**

- навыками самодиагностики психологического здоровья;
- реализации основных методов исследования для анализа ситуаций, связанных с оценкой психологического здоровья работников

Общая трудоемкость дисциплины составляет 1 зачетную единицу, 36 часов.